



6月のほけんだより



梅雨の季節になりました。湿度・温度とも高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすい時期でもあります。健康、衛生面に気をつけて、気持ちよく過ごせるよう心がけ、バランスの良い食事や睡眠をしっかりとり、元気に過ごしていきましょう。

尿検査のお知らせ

6月16日（火）に容器を配布します。
シールに記入されている名前の確認をお願いします。

**6月17日（水）、18日（木）が、
提出日です。9時までに提出して
下さい。**

今回は、2日間のみの提出と
なっています。忘れずに提出するよう
お願いします。

尿は、提出日当日の朝に採取して下さい。
園での採取は保育に支障がでま
す。**必ず自宅で採取して下さい。**

お知らせ

前期の**内科検診、歯科検診は、中止**
することになりました。新型コロナ
ウイルス感染の状況を見て、後期実
施もお知らせさせていただきます。ま
た、むし歯予防集会も中止すること
になりましたので、ご了承ください
い。

6月4日は むし歯予防デー

歯みがきのポイント

歯みがきの習慣づけが、
むし歯予防の第一歩。
毎食後すぐに磨く習慣
をつけ、お子さんが歯み
がきをした後は仕上げ
みがきを行い、むし歯を
予防しましょう。

- *膝の上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
 - *鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
 - *奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
 - *前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
 - *歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。
- むし歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう。

